Top các loại men tiêu hóa cho người lớn

“Bữa ăn nào cũng đầy ắp món ngon, mà bụng cứ ậm ạch khó chịu, ăn xong là muốn nằm vật vì đầy hơi.” Có phải mọi người cũng từng cảm thấy như vậy? Trong bài viết này, Vivita đã tổng hợp **các loại men tiêu hóa cho người lớn** tốt hiện nay được dược sĩ, bác sĩ khuyên dùng. Cùng tìm hiểu ngay!

1 Công dụng men tiêu hóa cho người lớn

Không chỉ trẻ nhỏ mới gặp vấn đề về tiêu hóa, người lớn cũng dễ rơi vào tình trạng ăn không tiêu, đầy bụng, mệt mỏi sau ăn, đặc biệt khi căng thẳng kéo dài, chế độ dinh dưỡng mất cân đối hoặc sử dụng thuốc kháng sinh thường xuyên. Trong những trường hợp đó, men tiêu hóa có thể là một lựa chọn hỗ trợ thiết thực. Cụ thể như:

Hỗ trợ tiêu hóa thức ăn

Men tiêu hóa giúp phân giải các thành phần phức tạp trong thực phẩm như tinh bột, chất béo và protein thành các phân tử nhỏ hơn, từ đó dễ dàng hấp thu vào cơ thể. Nhờ đó, quá trình tiêu hóa trở nên nhẹ nhàng hơn, đặc biệt hữu ích sau những bữa ăn nhiều đạm hoặc dầu mỡ.

Công dụng men tiêu hóa cho người lớn

Giảm cảm giác đầy bụng, khó tiêu

Ở người trưởng thành, nhất là người có chế độ ăn không điều độ, thường xuyên bị stress hoặc sử dụng thuốc dài ngày, dạ dày và ruột có thể hoạt động kém hiệu quả. Bổ sung men tiêu hóa đúng cách có thể giúp làm dịu các triệu chứng như đầy hơi, ợ chua hay trướng bụng.

Tăng khả năng hấp thu dinh dưỡng

Khi thức ăn được phân giải triệt để, cơ thể có điều kiện hấp thu vitamin, khoáng chất và các dưỡng chất khác tốt hơn. Điều này rất quan trọng với người lớn tuổi, người ăn uống kém hoặc có vấn đề về tiêu hóa kéo dài.

Hỗ trợ quá trình phục hồi sau bệnh lý tiêu hóa

Trong một số trường hợp sau khi điều trị kháng sinh hoặc rối loạn tiêu hóa, việc sử dụng men tiêu hóa có thể giúp tái thiết lập cân bằng vi sinh và nâng cao chức năng tiêu hóa của cơ thể.

2Các loại men tiêu hóa cho người lớn

Trên thị trường hiện nay, men tiêu hóa dành cho người trưởng thành có nhiều loại khác nhau, được chia theo nguồn gốc hoặc dạng bào chế. Dưới đây là các loại phổ biến được ưa chuộng hiện nay.

2.1 Men tiêu hóa Neotube

Neotube là sản phẩm **men tiêu hóa cho người lớn dạng nước** thuộc thương hiệu V-Biotech, được sản xuất bởi **Công ty Cổ phần Công nghệ Sinh phẩm Nam Việt (V-Biotech)**. Sản phẩm được nhiều người tin dùng nhờ thành phần enzyme tự nhiên kết hợp với hoạt chất giúp cải thiện rõ rệt các triệu chứng như đầy hơi, khó tiêu, ăn uống kém.

Thành phần:

- Amylase 100mg
- Papain 50mg

Công dụng:

- Hỗ trợ cải thiện tiêu hóa, giúp ăn ngon miệng hơn
- Giảm đầy hơi, chướng bụng, khó chịu sau ăn
- Tăng khả năng hấp thu dưỡng chất từ thực phẩm

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh.

Đối tượng sử dụng:

- Người trưởng thành thường xuyên bị đầy bụng, khó tiêu
- Người ăn uống không điều độ, dùng thuốc dài ngày
- Trẻ em từ 2 tuổi trở lên theo hướng dẫn của cán bộ y tế

Cách dùng tham khảo:

- **Người lớn**: Uống 1 ống (10ml), ngày 2 lần sau bữa ăn
- **Trẻ em từ 2 tuổi trở lên**: Uống 1 ống mỗi ngày, có thể chia thành 2 lần nhỏ

Lắc đều trước khi sử dụng. Có thể uống trực tiếp hoặc pha với nước mát.

Giá bán tham khảo: 110.000 VNĐ/ Hộp 20 ống x 10ml

Men tiêu hóa cho người lớn dạng nước Neotube

2.2 Men tiêu hóa trị đầy hơi Enterpass

Enterpass là sản phẩm hỗ trợ tiêu hóa được sản xuất tại Việt Nam, thuộc thương hiệu của **Công ty Cổ phần Dược phẩm Me Di Sun**. Sản phẩm được bào chế dưới dạng viên nang mềm, thường được sử dụng trong các trường hợp đầy hơi, khó tiêu, chướng bụng hoặc cảm giác ăn uống không thoải mái.

Men tiêu hóa có thành phần kết hợp các enzyme tiêu hóa và hoạt chất giảm khí đường ruột, Enterpass là lựa chọn phổ biến dành cho người lớn gặp vấn đề tiêu hóa nhẹ đến vừa.

Thành phần chính:

- Alpha amylase: 100mg
- Papain: 100mg
- Simethicone: 30mg

Công dụng:

- Hỗ trợ giảm đầy hơi, chướng bụng, khó tiêu
- Giúp cải thiện tình trạng ăn không ngon miệng
- Hỗ trợ hấp thu dưỡng chất tốt hơn trong trường hợp tiêu hóa kém

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh.

Đối tượng sử dụng:

- Người lớn và trẻ em từ 12 tuổi trở lên có triệu chứng đầy hơi, khó tiêu
- Trẻ em dưới 12 tuổi cần có hướng dẫn từ cán bộ y tế

Cách dùng tham khảo:

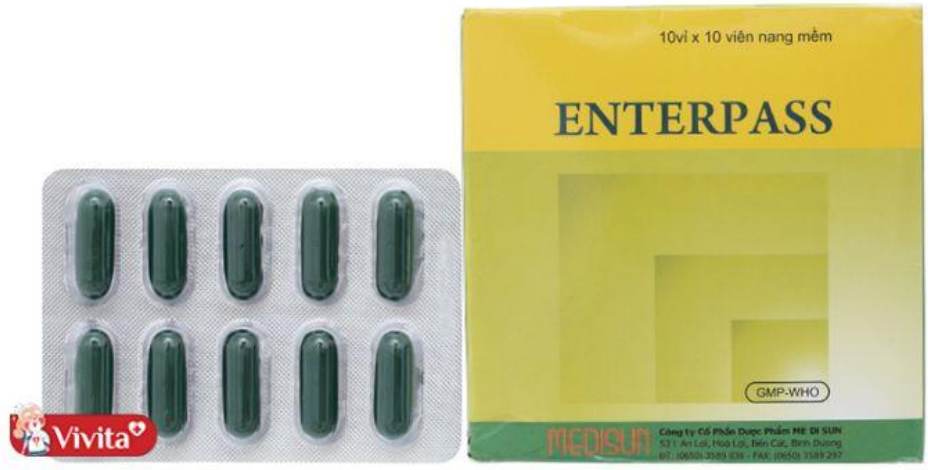
- Người lớn và trẻ từ 12 tuổi trở lên: Uống 1 viên/lần, ngày 2–3 lần
- Trẻ dưới 12 tuổi: Sử dụng theo chỉ định của bác sĩ

Lưu ý: Nên dùng sau bữa ăn. Nuốt nguyên viên, không nhai hay nghiền nát.

Chống chỉ định:

- Người mẫn cảm với bất kỳ thành phần nào của thuốc
- Người bị viêm tụy cấp hoặc có bệnh lý tụy mạn tính nặng

Giá bán tham khảo: 185.000 VNĐ / Hộp 10 vỉ x 10 viên



Men tiêu hóa trị đầy hơi Enterpass

2.3 Men vi sinh Fermentix

Fermentix là sản phẩm men vi sinh hỗ trợ tiêu hóa, được sản xuất bởi **Phyto Garda S.R.L** một thương hiệu đến từ Ý, chuyên nghiên cứu và phát triển các sản phẩm chăm sóc sức khỏe. Sản phẩm được bào chế dưới dạng dung dịch uống, giúp bổ sung lợi khuẩn, cải thiện hệ vi sinh đường ruột và hỗ trợ tiêu hóa hiệu quả.

Thành phần chính:

- Arabinogalactan: 250 mg
- Tyndallized Lactobacillus acidophilus HA 122: 8×109 CFU
- Tyndallized Lactobacillus casei HA 108: 2×109 CFU
- Niacin (Vitamin PP): 4,8 mg
- Thiamine (Vitamin B1): 0,33mg
- Riboflavin (Vitamin B2): 0,42 mg
- Pyridoxine (Vitamin B6): 0,42 mg
- Cyanocobalamin (Vitamin B12): 0,75 mg

Công dụng:

- Hỗ trợ cân bằng hệ vi sinh vật có ích trong đường ruột
- Giúp cải thiện tiêu hóa và hấp thu dưỡng chất
- Hỗ trợ giảm các triệu chứng rối loạn tiêu hóa như tiêu chảy, đầy bụng, khó tiêu, phân sống

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh.

Đối tượng sử dụng:

- Trẻ em và người lớn bị rối loạn tiêu hóa, đầy bụng, khó tiêu, tiêu chảy, táo bón, phân sống
- Người sử dụng kháng sinh kéo dài dẫn đến loạn khuẩn đường ruột
- Trẻ em biếng ăn, chậm lớn, hay đi ngoài phân sống
- Người có hệ tiêu hóa kém hấp thu, cơ thể gầy yếu

Cách dùng tham khảo:

- **Trẻ em dưới 1 tuổi**: Sử dụng theo hướng dẫn của bác sĩ
- **Trẻ em 1–2 tuổi**: Uống 5–10ml/lần, ngày 1 lần
- **Trẻ em 2–6 tuổi**: Uống 10ml/lần, ngày 1 lần (có thể chia làm 2 lần)
- **Trẻ em 7–9 tuổi**: Uống 10ml/lần, ngày 2 lần
- **Thiếu niên và người trưởng thành**: Uống 10ml/lần, ngày 2–3 lần

Lắc kỹ trước khi sử dụng. Có thể uống trực tiếp hoặc pha loãng trong nước hoặc đồ uống ấm/lạnh.

Giá bán tham khảo: 350.000 VNĐ / Hộp 12 lọ x 10ml

Men vi sinh Fermentix

2.4 Active Enzyme

Active Enzyme là sản phẩm bột pha hỗ trợ tiêu hóa, được bào chế dưới dạng bột hòa tan, giúp cải thiện các vấn đề về tiêu hóa như đầy hơi, khó tiêu, chướng bụng. Sản phẩm phù hợp cho người lớn và trẻ em, đặc biệt là những người có hệ tiêu hóa kém hoặc thường xuyên gặp các triệu chứng rối loạn tiêu hóa.

Thành phần chính:

- Enzyme (NGT Foodzyme) [ngũ cốc hỗn hợp lên men (nội địa), bột enzyme lên men NPK 3 (yến mạch nội địa, đậu trắng nội địa), bột ngũ cốc hỗn hợp, bột gạo lứt, bột đậu nành đen] 33,34%
- Fructose
  Bột gạo lứt alpha (nội địa)
- Bột đậu trắng rang (nội địa)
- Fructooligosaccharide
- Chất chống đông vón (551)
- Maltodextrin khó tiêu
- Bột chiết xuất rễ rau diếp xoăn
- Men bia khô
- Hỗn hợp acid amin

Công dụng:

- Hỗ trợ tăng cường hoạt động của hệ tiêu hóa
- Giúp giảm cảm giác đầy hơi, chướng bụng, khó tiêu
- Cải thiện tình trạng ăn uống kém, hỗ trợ hấp thu dưỡng chất

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh.

Đối tượng sử dụng:

- Người trưởng thành và trẻ em gặp các vấn đề về tiêu hóa như đầy bụng, khó tiêu
- Người có chế độ ăn uống không điều độ, sử dụng thuốc dài ngày
- Người có hệ tiêu hóa yếu, hấp thu kém

Cách dùng tham khảo:

Uống 1 gói (3g) pha với nước ấm hoặc nước nguội, ngày 1–2 lần sau bữa ăn

Lưu ý: Không sử dụng cho người mẫn cảm với bất kỳ thành phần nào của sản phẩm. Đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng.

Giá bán tham khảo: 495.000 VNĐ / Hộp 30 gói x 3g

Bột tiêu hóa hỗ trợ giảm đầy hơi, chướng bụng Active Enzyme

2.5 Men tiêu hóa Menpeptine

Menpeptine là sản phẩm **men tiêu hóa cho người lớn dạng viên** được sản xuất bởi **Công ty TNHH Mediphar USA**. Với công thức kết hợp các enzyme tiêu hóa từ tự nhiên như Papain, Bromelain và Alpha-amylase, sản phẩm giúp cải thiện rõ rệt tình trạng đầy bụng, khó tiêu, đặc biệt sau những bữa ăn nhiều đạm hoặc dầu mỡ.

Dạng viên nang tiện lợi, dễ sử dụng, phù hợp cho người lớn bận rộn hoặc thường xuyên gặp vấn đề về tiêu hóa. Menpeptine được nhiều người lựa chọn như một giải pháp đơn giản để hỗ trợ hệ tiêu hóa hoạt động nhẹ nhàng và hiệu quả hơn mỗi ngày.

Thành phần chính:

- Papain (chiết xuất từ đu đủ): 100mg
- Alpha-Amylase: 100mg
- Bromelain (chiết xuất từ dứa): 100mg
- Simethicone: 30mg

Công dụng:

- Giúp bổ sung enzyme tiêu hóa cho cơ thể
- Hỗ trợ tăng cường hoạt động tiêu hóa hàng ngày
- Hỗ trợ cải thiện các triệu chứng rối loạn tiêu hóa như đầy bụng, chướng hơi, đầy hơi, khó tiêu do tiêu hóa kém.

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh.

Đối tượng sử dụng:

- Người lớn và trẻ em từ 1 tuổi trở lên gặp các vấn đề về tiêu hóa như đầy hơi, khó tiêu.
- Người ăn uống không điều độ, dùng thuốc dài ngày.
- Trẻ em biếng ăn, hấp thu kém.

Cách dùng tham khảo: Người lớn uống 2–3 lần mỗi ngày, mỗi lần 3 viên, sau bữa ăn.

Giá bán tham khảo: 220.000 VNĐ/ Hộp 10 vỉ x 10 viên nang.

Men tiêu hóa Menpeptine (dạng viên)

3Câu hỏi thường gặp

3.1 Men tiêu hóa cho người lớn nên uống khi nào?

Men tiêu hóa thường phát huy tác dụng tốt nhất khi được dùng **sau bữa ăn từ 5–10 phút**. Đây là thời điểm dạ dày bắt đầu làm việc, thức ăn đã đi vào hệ tiêu hóa, và enzyme bổ sung sẽ hỗ trợ phân giải thức ăn hiệu quả hơn.

Một số trường hợp có thể dùng **ngay trong bữa ăn**, đặc biệt khi ăn những món nhiều dầu mỡ, đạm khó tiêu hoặc nếu bạn biết trước cơ thể mình thường phản ứng chậm sau ăn.

Không nên uống khi bụng đói, vì lúc này không có thức ăn trong dạ dày để enzyme hoạt động, thậm chí có thể gây kích ứng nhẹ cho niêm mạc dạ dày.

Ngoài ra, mỗi sản phẩm cụ thể có thể có khuyến nghị riêng về liều dùng và thời điểm uống. Người sử dụng nên đọc kỹ hướng dẫn hoặc hỏi ý kiến chuyên gia y tế trước khi dùng thường xuyên.

Men tiêu hóa cho người lớn nên uống khi nào?

3.2 Những ai nên uống men tiêu hóa?

Men tiêu hóa là sản phẩm hỗ trợ dành cho những người gặp khó khăn trong việc tiêu hóa thức ăn hoặc hấp thu dưỡng chất. Dưới đây là các nhóm đối tượng thường được khuyên dùng:

- Người thường xuyên bị đầy bụng, khó tiêu, đặc biệt sau các bữa ăn nhiều đạm, dầu mỡ hoặc ăn uống không điều độ.
- Người ăn không ngon, chán ăn, men tiêu hóa giúp tăng cảm giác ăn ngon miệng bằng cách cải thiện hoạt động tiêu hóa tự nhiên.
- Người có chức năng tiêu hóa suy giảm, như người lớn tuổi, người sau ốm dậy, hoặc người vừa dùng thuốc kháng sinh dài ngày.
- Người hấp thu dinh dưỡng kém, dù ăn uống đầy đủ nhưng vẫn gầy yếu, thiếu chất do hệ tiêu hóa không phân giải triệt để thức ăn.
- Trẻ em và người lớn bị rối loạn tiêu hóa nhẹ, có thể dùng theo chỉ định để hỗ trợ hệ tiêu hóa tạm thời trong giai đoạn nhạy cảm.

3.3 Người lớn nên dùng men tiêu hóa trong bao lâu?

Men tiêu hóa giúp đường ruột làm việc nhẹ nhàng hơn, nhưng không nên uống liên tục quá lâu. Thời gian sử dụng sẽ tùy vào tình trạng tiêu hóa của mỗi người:

Dùng ngắn hạn từ 5–10 ngày:

Áp dụng khi bị đầy bụng, khó tiêu, chướng hơi sau ăn hoặc rối loạn tiêu hóa do thay đổi chế độ ăn, dùng kháng sinh, căng thẳng kéo dài.

Dùng theo đợt 2–3 tuần:

Trong trường hợp người lớn tuổi, người có chức năng tiêu hóa suy giảm nhẹ, hoặc trong giai đoạn phục hồi sức khỏe.

Không nên dùng liên tục nhiều tháng:

Việc lạm dụng men tiêu hóa có thể khiến cơ thể giảm khả năng tự sản xuất enzyme, gây lệ thuộc và làm chậm quá trình hồi phục chức năng tiêu hóa tự nhiên.

Người lớn nên dùng men tiêu hóa trong bao lâu?

4Kết luận

Men tiêu hóa là trợ thủ đắc lực trong việc cải thiện hoạt động tiêu hóa, đặc biệt với người lớn thường xuyên gặp tình trạng đầy bụng, ăn không ngon, khó hấp thu dinh dưỡng. Hiện nay, có nhiều loại men tiêu hóa trên thị trường kết hợp lợi khuẩn mang lại nhiều lựa chọn phù hợp với từng thể trạng và nhu cầu sử dụng.

Tuy nhiên, để đạt hiệu quả như mong muốn, người dùng nên lựa chọn sản phẩm từ những thương hiệu uy tín, sử dụng đúng cách và mua tại những địa chỉ phân phối đáng tin cậy.

Nếu mọi người đang băn khoăn không biết bắt đầu từ đâu, có thể tham khảo và đặt mua trực tiếp tại **nhà thuốc Vivita** – nơi cung cấp đa dạng các dòng men tiêu hóa chất lượng, giá hợp lý và luôn có đội ngũ dược sĩ sẵn sàng tư vấn tận tâm.

Trên đây là **top các loại men tiêu hóa cho người lớn** được nhiều người tin dùng. Hy vọng bài viết sẽ giúp mọi người chọn được sản phẩm phù hợp, góp phần cải thiện sức khỏe tiêu hóa một cách an toàn và hiệu quả mỗi ngày.

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/men-tieu-hoa-cho-nguoi-lon.html